



Autoprezentacja i wystąpienia publiczne w praktyce

Numer usługi 2024/09/04/159075/2293342

959,40 PLN brutto

780,00 PLN netto

119,93 PLN brutto/h

97,50 PLN netto/h

PRZEDSIĘBIOSTWO
WIELOBRANŻOWE
TAMARI TAMARA
DUŚKO; TAMARA
Tamara Duško (
wspólnik spółki
cywilnej)



- 📍 zdalna w czasie rzeczywistym
- 📄 Usługa szkoleniowa
- 🕒 8 h
- 📅 19.09.2024 do 19.09.2024

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / PR
Identyfikator projektu	Nowy start w Małopolsce z EURESEM
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Wszystkie osoby, którym zależy na podniesieniu kompetencji z obszaru wystąpień publicznych oraz kreaowaniu własnego wizerunku i profesjonalnego budowania relacji z odbiorcami. Usługa adresowana jest również dla Uczestników Projektu MP i/lub dla Uczestników Projektu NSE.
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	13-09-2024
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	8
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie pozwoli na efektywne wykorzystanie wszystkich kanałów komunikacji, zwiększenie pewności siebie podczas wystąpień publicznych oraz poprawę własnego wizerunku w oczach innych ludzi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik rozwinie umiejętności profesjonalnej autoprezentacji i wystąpień publicznych, tak aby z powodzeniem budować relacje z audytorium.	Uczestnik pozna najważniejsze metody wywierania wpływu przydatne w prowadzeniu przekonujących wystąpień publicznych.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Tak, dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Tak, dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Tak, dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

I Dzień (8 godzin)

- Praca z ciałem, gestykulacją, mimiką, sposobem mówienia, panowanie nad głosem i dykcją (**przekaz werbalny i niewerbalny**).
- **Wiarygodność** mówcy i sposoby przekonania audytorium.
- **Zasady konstruowania wystąpienia** (Wstęp, Rozwinięcie, Zakończenie, Efekt pierwszeństwa i Efekt świeżości).
- Psychologiczne i neurofizjologiczne **zasady odbioru** i przyswajania

informacji podczas wystąpień publicznych.

- **Techniki radzenia sobie ze stresem** podczas wystąpień (zamiana dystresu w eustres).

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 1

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 1 Autoprezentacja i wystąpienia publiczne w praktyce	Monika Maja Pujso	19-09-2024	08:00	16:00	08:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	959,40 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	780,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	119,93 PLN
Koszt osobogodziny netto	97,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Monika Maja Pujso

- Politechnika Gdańska – magister inżynier hydrotechniki,
- Uniwersytet SWPS – magister psychologii,
- Terapia Skoncentrowana na Rozwiązaniach – terapeuta II stopnia TSR,
- Reiss Profile Master - certyfikat RMP (Reiss Motivation Profile) i RSMP,
- Certyfikowany Coach ICF,
- Certyfikowany facylitator Action Learning.
- Certyfikowany facylitator Design Thinking

Doświadczenie:

- szkolenia rozwijające kompetencje psychologiczne: osobiste, społeczne, menedżerskie,
- ocena kompetencji pracowników (Assessment i Development Center, ocena 360 stopni),
- doradztwo biznesowe w temacie psychologicznych zagadnień,
- coaching, planowanie rozwoju zawodowego i osobistego.

Najwięcej satysfakcji czerpie z długofalowej współpracy z klientami, podczas której może przyglądać się i wspierać zmiany zachodzące w obszarze zarządzania ludźmi oraz kształtować procesy w organizacjach. Pracuje w nurcie psychologii pozytywnej, dbając przede wszystkim o dobrostan osób, które we współpracy z nią poszerzają zakres swoich kompetencji i umiejętności.

Trenerka przeprowadziła szkolenia z tematyki „Wystąpienia publiczne” dla następujących organizacji:

- STORA ENSO Poland S.A.
- STORA ENSO Wood Product sp. z o.o.
- Grupa LOTOS S.A.
- NEXLER sp. z o.o.
- Gdańskie Wydawnictwo Oświatowe
- Energa-Operator S.A.
- Polkomtel S.A.
- ponad 20 szkoleń otwartych finansowanych ze środków Unii

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Przez godzinę rozumie się 1 godzinę dydaktyczną czyli 45 minut.

Uczestnicy otrzymają materiały wypracowane podczas usługi.

Warunki techniczne

Pracujemy na platformie ZOOM. Linki do połączenia zostaną przesłane uczestnikom.

Komputer stacjonarny/laptop, kamera wbudowana/na USB, mikrofon, słuchawki/ głośniki, system operacyjny minimum Windows XP/MacOS High Sierra, min 2 GB pamięci RAM, pamięć dysku minimum 10GB, łącze internetowe minimum 10 kb/s,

Przeglądarki internetowe np. Windows: Internet Explorer 11+, Edge 12+, Firefox 27+,Chrome 30+, MacOS: Safari 7+, Firefox 27+,Chrome 30+, Linux: Firefox 27+, Chrome 30

Łącze internetowe: prędkość pobierania min 512 kbps.

Kontakt



Tamara Duško

E-mail tamari.dusko@gmail.com

Telefon (+48) 600 826 340